

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

No. 068/IAT-S1/2020**TAHAJJUD PERSPEKTIF MUFASSIR DAN
KAITANNYA DENGAN KESEHATAN****SKRIPSI**

Diajukan untuk melengkapi salah satu syarat guna memperoleh
Gelar Sarjana Agama (S.Ag) pada Program Studi Ilmu al-Quran dan Tafsir

**Oleh :****M. WILDAN AKHIR HASIBUAN****HIM : 11632101012****FAKULTAS USHULUDDIN****UNIVERSITAS ISLAM NEGERI****SULTAN SYARIF KASIM RIAU****1441 H. / 2020 M.**



PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul : Tahajjud Perspektif Mufassir dan Kaitannya Dengan Kesehatan.

Nama : M. Wildan Akhir Hasibuan
No : 11632101012
Jurusan : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Telah dimunagasyahkan dalam Sidang Panitia Ujian Sarjana Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, pada

Hari : Rabu
Tanggal : 29 Juli 2020

Sehingga skripsi ini dapat diterima sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag). Dalam Jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Pekanbaru, 23 Agustus 2020



Dr. H. Jamaluddin, M. Us
NIP. 19670423 199303 1004

Panitia Ujian Sarjana

Ketua/ Penguji I

Dr. Sukiyat, M.Ag
NIP. 19701010 200604 1001

Sekretaris/ Penguji

Drs. Kaizal Bay, M.Si
NIP. 19560105 199203 1001

MENGETAHUI

Penguji III

Afrizal Nur, M.S
NIP. 198001082003101001

Penguji IV

Dr. Rina Rehavati, M.Ag
NIP. 196904292005012005

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Dr. H. Masyhuri Putra, Lc, M.Ag
Dr. Salmaini Yeli, M.Ag
Dosen Pembimbing Skripsi
An. M. Wildan Akhir Hasibuan

Nota : Dinas
Temp : 5 (Lima) eksemplar
Jenis : Pengajuan Skripsi
An. M. Wildan Akhir Hasibuan

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Ushuluddin
UIN SUSKA RIAU
di-
Pekanbaru

Assalamu'alaikum Wr. Wb.
Dengan hormat,

Setelah dengan seksama dan memberikan bimbingan serta petunjuk bagi perbaikan naskah ini, kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi atas nama Sdr. M. Wildan Akhir Hasibuan. (Nim: 11632101012) yang berjudul: **Tahajjud Perspektif Mufassir dan Kaitannya Dengan Kesehatan**, telah dapat diajukan sebagai syarat memperoleh gelar Sarjana Agama (S.Ag) dari Program Studi Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir Fakultas Ushuluddin.

Harapan kami dalam waktu dekat, mahasiswa yang bersangkutan dapat dipanggil untuk diuji secara resmi dalam sidang munaqasyah yang telah ditetapkan.

Demikian untuk dapat dimaklumi, atas perhatian diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pekanbaru, 03 Juli 2020

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. H. Masyhuri Putra, Lc, M.Ag
NIP. 197104222007011019

Dr. Salmaini Yeli, M.Ag
NIP. 196906011992032001

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS DAN HAK CIPTA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : M. Wildan Akhir Hasibuan
Tempat / tgl lahir : Parapat / 17 November 1997
NIM : 11632101012
Fakultas / Prodi : Ushuluddin / Ilmu al-Qur'an dan Tafsir
Judul Skripsi : **Tahajjud Perspektif Mufasssir dan Kaitannya Dengan Kesehatan**

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli karya tulis saya dan belum pernah diajukan oleh siapapun untuk mendapatkan gelar akademik (Sarjana), baik di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan Tim Pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar kepustakaan.

Saya dengan ini menyerahkan karya tulis ini kepada Fakultas Ushuluddin UIN Suska Riau. Mulai dari sekarang dan seterusnya Hak Cipta atas karya tulis ini adalah milik Fakultas Ushuluddin, dan publikasi dalam bentuk apapun harus mendapat izin tertulis dari Fakultas Ushuluddin.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Pekanbaru, 3 Juli 2020

Yang membuat pernyataan,



M. Wildan Akhir Hasibuan

NIM. 11632101012

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

MOTTO

كن في الدنيا كأنك غريب أو
غابر سبيل

*Jadilah di dunia ini seperti orang perantau
atau orang yang menyebrang jalan*

UIN SUSKA RIAU



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS DAN HAK CIPTA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : M. Wildan Akhir Hasibuan
 Tempat / tgl lahir : Parapat / 17 November 1997
 NIM : 11632101012
 Fakultas / Prodi : Ushuluddin / Ilmu al-Qur'an dan Tafsir
 Judul Skripsi : **Tahajjud Perspektif Mufasssir dan Kaitannya
Dengan Kesehatan**

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli karya tulis saya dan belum pernah diajukan oleh siapapun untuk mendapatkan gelar akademik (Sarjana), baik di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan Tim Pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar kepustakaan.
4. Saya dengan ini menyerahkan karya tulis ini kepada Fakultas Ushuluddin UIN Suska Riau. Mulai dari sekarang dan seterusnya Hak Cipta atas karya tulis ini adalah milik Fakultas Ushuluddin, dan publikasi dalam bentuk apapun harus mendapat izin tertulis dari Fakultas Ushuluddin.
5. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Pekanbaru, 3 Juli 2020
Yang membuat pernyataan,

M. Wildan Akhir Hasibuan
NIM. 11632101012



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

KATA PENGANTAR

Bersyukur kepada Allah swt atas segala limpahan rahmat dan nikmatnya serta *hidayah* dan *taufiqnya* sehingga penulis diberikan kekuatan dan kesempatan untuk menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Tahajjud perspektif al-Qur’an dan kaitannya dengan kesehatan”, *alhamdulillah* penulis dapat menyelesaikannya sesuai dengan yang diharapkan. Kemudian shalawat yang diiringi dengan salam semoga tak pernah bosan untuk mengirimkannya kepada Nabi Muhammad saw, mudah-mudahan dengan ketulusan hati dalam mengirimkan bacaan shalawat sebagai tanda kecintaan kepada beliau, mudah-mudahan di hari qiamat nantinya akan mendapat syafa’at bagi yang membacanya. Amin ya robbal ‘alamin.

Dalam penulisan skripsi ini penulis sangat yakin bahwa pasti banyak kekurangan, hal itu tidak lain karena kemampuan dan cara berfikir dan juga pengetahuan yang dimiliki oleh penulis hanya sebatas itu, atas segala kekurangan dalam penulisan skripsi ini penulis sangat mengharapkan kritikan dan saran dari semua pihak yang bersifat membangun sehingga diharapkan dapat membawa perkembangan dikemudian hari. Dalam kesempatan ini, penulis juga ingin mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada pihak-pihak yang telah membantu penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini :

1. Penulis sangat bersyukur kepada Allah swt yang telah mengizinkan penulis untuk menyelesaikan skripsi ini. karena dalam penulisan ini telah diberikan kemudahan oleh Allah swt. Karena semua usaha yang telah mencapai hasil tak lepas dari izin dan kehendak Allah swt.
2. Penulis yang sangat berteruma kasih kepada ayah dan ibu yang senantiasa selalu mendukung dalam segala aspek, hal ini merupakan sesuatu yang sangat penting dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini, karena ketika penulis kekurangan dana, maka orang tua selalu siap membantu, ketika terselip rasa bosan maka orang tua selalu memberikan motivasi dan nasehat, tentunya yang paling diharapkan sebagai seorang anak adalah do’a yang tulus dari ayah dan ibu, karena itu adalah doa yang sangat sulit untuk ditolak oleh Allah swt.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3. Penulis juga sangat berterima kasi kepada pembimbing skripsi yang senantiasa selalu siap membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Dalam hal ini yang menjadi pembimbing skripsi penulis yaitu, Dr. H. Mashuri Putra, Lc, M.Ag (Sebagai pembimbing I) dan Dr. Salmaini Yeli, M.Ag (Sebagai pembimbing II).
4. Penulis sangat berterima kasih kepada semua civitas akademik UIN SUSKA Riau.
5. Penulis juga sanagt berterima kasih kepada Dekan Fakultas Ushuluddin UIN SUSKA Riau dan semua staf jajaranya.
6. Penulis juga sangat berterima kasih kepada bapak dan ibuk dosen Fakultas Ushuluddin yang telah mengajari penulis berbagai ilmu yang akan menjadi modal dan juga panduan penulis dalam menjalani kehidupan di dunia ini.

Pekanbaru, 13 Juli 2020

M. Wildan Akhir Hasibuan

NIM : 11632101012

UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

ABSTRAK

Skripsi ini berjudul “*Tahajjud perspektif Tmufassir uran dan kaitannya dengan kesehatan*”. *Tahajjud* ini merupakan amalan sunnah yang disebutkan Allah swt dalam al-Quran dan memiliki banyak manfaat atau keutamaan dibandingkan dengan amalan sunnah lainnya baik dalam pandangan agama maupun ilmu kesehatan. penelitian ini merupakan penelitian kepustakaan (*Library research*), dan metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode tematik, sehingga dapat diketahui berbagai pengetahuan yang berkaitan dengan *tahajjud*. Keutamaan *tahajjud* dalam pandangan agama diantaranya menaikkan derajat orang yang *tahajjud* ketempat yang terpuji, dan yang lainnya. Sedangkan dalam sudut pandang kesehatan bahwa *tahajjud* ini merupakan sebuah sarana terapi islami, dengan melaksanakan *tahajjud* dengan rutin maka ia akan merasakan banyak perubahan dalam kesehatan tubuh maupun rohaninya, seperti hilangnya stess, penyakit stroke dan yang lainnya, dan bagi rohaninya ia akan merasakan ketenangan dan jauh dari masalah.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ABSTRACT

This research is titled “Tahajjud in view of mufassir and it’s relation to health”. This tahajjud is a sunnah practice mentioned by Allah in the Quran and has many benefits or virtues compared to other sunnah practice both in the view of religion and in health science. And this research is library research, and the method used in this research is the thematic method. So that various knowledge about tahajjud can be know. The virtue of tahajjud in a religion perspective includes raising the degree of people who do tahajjud to a commendable place and other. Whereas from a health point of view that this tahajjud is a means of Islamic therapy, by doing the tahajjud regularly, he will feel many changes in his body and spiritual health, such as the loss of stress, stroke and others, and for his spirituality he will feel calm and far away from the problem.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

المخلص

موضوع هذا البحث هو "التهجد في نظر مفسر وعلاقته بالصحة" هذا التهجد هو عمل سنة الذي ذكر الله في القرآن ويملك فائدة وفضائل كثير مقارنة عمل سنة غيره في نظر الدين وعلم الصحة, وهذا البحث هو بحث مكتبي, والمنهج المستخدم في هذا البحث هو المنهج الموضوعي, بحيث يمكن معرفة المعارف المختلفة المتعلقة بقيام الليل. وفضائل التهجد من نظر الدين منها رفع درجة التهجد الى مقام محمود وغيره. وفي نظر علم الصحة هذا التهجد هو وسيلة من وسائل العلاج الاسلامية, بممارسة التهجد بانتظام, سيشعر بالعديد من التغيرات في صحة الجسدية والروحية, مثل فقدان التوتر والسكتة الدماغية وغيرها, ومن اجل روحانيته سيشعر بالهدوء وبعيدا عن مشكلة.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

PEDOMAN TRANSLITERASI

Huruf		Huruf	
Arab	Latin	Arab	Latin
ا	‘	ض	Dh
ب	B	ط	Th
ت	T	ظ	Dzh
ث	Ts	ع	‘
ج	J	غ	Gh
ح	H	ف	F
خ	Kh	ق	Q
د	D	ك	K
ذ	Dz	ل	L
ر	R	م	M
ز	Z	ن	N
س	S	و	W
ش	Sy	ه	H
ص	Sh	ي	Y

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR ISI

NOTA DINAS	
PENGESAHAN	
MOTTO	i
PERNYATAAN TIDAK PLAGIASI	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
ABSTRAK DALAM BAHASA INDONESIA	v
ABSTRAK DALAM BAHASA INGGRIS	vi
ABSTRAK DALAM BAHASA ARAB	vii
PEDOMAN TRANSLITERASI	viii
DAFTAR ISI.....	ix
BAB I : PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah	7
E. Manfaat dan Tujuan Penelitian	7
F. Sistematika Penulisan.....	8
BAB II : OBJEK PENELITIAN (KERANGKA TEORI)	
A. Landasan Teori	10
1. Makna Tahajjud.....	10
2. Etika atau Adab Melaksanakan Tahajjud.....	12
3. Keutamaan Tahajjud Bagi Nabi Muhammad saw.....	13
4. Perbedaan Pendapat Tentang Tahajjud	14
B. Tinjauan Pustaka	15
BAB III : METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	19
B. Sumber Data Penelitian.....	19
C. Teknik Pengumpulan Data	20
D. Teknik Analisa Data.....	21



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB IV : PEMBAHASAN (TAHAJJUD PERSPEKTIF TAFSIR AL_QUR'AN)

A. Penafsiran Surah al-Isra' ayat 79	22
B. Penafsiran Surah al-Furqan ayat 64	28
C. Penafsiran Surah as-Sajadah ayat 16.....	30
D. Penafsiran Surah adz-Dzariyat ayat 17-18.....	35
E. Penafsiran Surah al-Muzzammil ayat 1-6.....	40
F. Penafsiran Surah al-Insan ayat 26.....	48
G. Keutamaan Tahajjud.	50
H. Hubungan Tahajjud Dengan Kesehatan.....	54
I. Asbabun Nuzul Ayat.....	58
J. Munasabah Ayat.....	61
K. Analisa Data.....	64

BAB V : PENUTUP

A. Kesimpulan.	67
B. Saran.....	68

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tahajjud memiliki manfaat Praktis baik dari sudut pandang religious maupun kesehatan, sebagaimana disabdakan Rasulullah saw. dalam sebuah hadits yang dikutip oleh Moh. Sholeh dalam bukunya “*Shalat tahajjud dapat menghapus dosa, mendatangkan ketenangan, dan menghindarkan dari penyakit*” (H.R Tirmidzi). Sabda Rasulullah saw tersebut memberikan sebuah peluang untuk menelaah lebih jauh mengenai hubungan praktik ibadah *mahdhah* ini dengan alur logika dan pembuktian sains.¹

Temuan lain yang tak kalah menariknya juga adalah bahwa penyelenggaraan shalat *tahajjud* secara ikhlas mampu menurunkan respon *sekresi kortisol* dan meningkatkan ketahanan tubuh *imunologik*.²

Tentunya shalat sunat yang diperintahkan langsung oleh Allah swt dalam al-Quran ini merupakan sebuah amal ibadah yang memiliki banyak keunggulan dibandingkan dengan shalat sunat lainnya, salah satunya seperti yang tercantum dalam al-Quran surah al-Isra’ ayat 79 yaitu akan mendapatkan tempat yang terpuji. Salah satu hal yang menarik untuk dibahas dalam *tahajjud* juga merupakan sebuah amalan sunnah yang disebutkan oleh Allah swt dalam al-Quran dengan beberapa bentuk kata atau istilah yang berbeda, akan tetapi masih dalam satu makna yaitu *tahajjud* atau *qiyamullail*. kemudian dari pernyataan Moh. Sholeh di atas *tahajjud* ini juga tidak hanya sebatas amal ibadah, akan tetapi juga mempunyai manfaat bagi kesehatan jasmani dan rohani.

Sesungguhnya di waktu malam itu ada saat-saat dimana seorang yang beriman merasakan adanya kedamaian, ketenangan, dan kelapangan dada. Hatinya merasa tenang ketika sedang berdzikir mengingat Allah swt, tuhan yang telah menciptakannya, yakni dengan bertasbih, bertahlil, dan beristigfar memohon ampun kepadanya. Hatinya merasa damai dan cenderung mengingat

¹ Moh. Sholeh, *Terapi Sholat Tahajjud Menyembuhkan Berbagai Penyakit*, (Jakarta : Noura Books, 2012), hlm. 3.

² *Ibid*, hlm. 14.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Allah swt. jiwanya merasa tenang karena merasa ada kontak dengan Allah swt, dan hatinya pun terasa lega karena merasa sedang berada dekat dengan Allah swt serta sedang dalam naungannya. Pada saat itulah ia merasa terbebas dari segala kegelisahan, kesepian, dan kebingungan ditengah jalan. Perasaannya juga merasa lepas dari semua beban keburukan yang menyerang, yang mengancam, dan yang membahayakan. Semua itu adalah atas kehendak Allah swt disamping harus ridha menerima cobaan, sehingga ia pun merasa puas atas rahmatnya berupa petunjuk.³

Waktu malam adalah waktu dimana keadaan sangat sunyi dan disitulah tercipta waktu yang sangat damai dan merupakan waktu yang tepat untuk *muhasabah* diri dan berdzikir kepada Allah swt, menangis dan bertaubat menyesali dosa-dosa yang telah diperbuat. Sebuah penelitian unik yang dilakukan oleh Dr. William A. Barry di pusat penelitian mata dan air mata, di Saint Paul Ramos Medicial Centre, menyimpulkan bahwa menangis itu sangat bermanfaat bagi kesehatan jiwa dan emosi kita. Penelitian itu juga menegaskan bahwa merupakan kesalahan besar jika kita menahan keinginan untuk menangis manakala kita memang sedang menghadapi persoalan yang menuntut kita untuk menangis.⁴

Tahajjud merupakan shalat sunat yang dikerjakan pada waktu malam diantara shalat isya dan shalat subuh dan mengerjakannya setelah tidur terlebih dahulu. Jumlah rokaatnya minimal dua rokaat dan banyaknya tidak terbatas.⁵

Dalam tafsir al-Azhar Hamka juga menjelaskan penafsiran surah al-Isra' ayat 79 yaitu :

وَمِنَ اللَّيْلِ فَتَهَجَّدْ بِهِ نَافِلَةً لَّكَ عَسَىٰ أَنْ يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَامًا مَّحْمُودًا

“Dan pada sebagian malam, hendaklah engkau bangun (*tahajjud*) sebagai tambahan bagimu” itulah yang dinamai dengan shalat *tahajjud*. *Tahajjud* artinya ialah bangun dari tidur, lalu dijadikan nama dari shalat malam. Abdullah bin

³ Muhammad bin Azzuz, *42 Hadits Shalat Tahajjud & Qiyamullail*, alih bahasa Abdul Rosyad Shiddiq, Cet. 1, (Jakarta : Darl Falah, 2010), hlm. x

⁴ Hasan bin Muhammad Bamu'aibid, *Berobat Dengan Air Mata*, alih bahasa Ibnu Abdil Jamil, Cet. II, (Solo : Mumtaza, 2007), hlm. 19.

⁵ Imas Kurniasih, *Indahnya Tahajjud*, (Yogyakarta : Mutiara Media, 2008) hlm. 20.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

umar menjelaskan bahwa shalat *tahajjud* itu ialah tidur dahulu baru bangun, ambil wudhu' lalu shalat.⁶

Diantara langkah-langkah terapi religius untuk mencegah munculnya penyakit yang timbul pada diri manusia baik dari jasmani maupun rohani berdasarkan konsep islam adalah dengan mengintensifkan dan meningkatkan kualitas ibadah (shalat), doa dan permohonan ampun pada Alloh akan mengembalikan ketenangan dan ketentraman jiwa bagi yang bisa melakukannya.⁷

Di sebutkan dalam buku "*Home Tasted Recipes And Of Healing Medical*" sebuah buku yang berisi kumpulan artikel penulis Amerika, cetakan 1993, bahwa bangun tidur ditengah malam dan melakukan gerakan olahraga ringan didalam rumah, serta membasuh dengan air dan memijit-mijit jari mempunyai manfaat yang banyak bagi kesehatan.⁸

Kemudian juga ada sebuah hadits menyebutkan bahwa shalat yang lebih utama sesudah shalat yang lima waktu adalah shalat malam. Dari Abu Huroiroh r.a berkata, Nabi saw bersabda "*Puasa yang paling utama setelah puasa bulan Ramadhan adalah puasa bulan Muharram, dan shalat yang paling utama setelah shalat fardhu adalah shalat malam*". Jadi shalat sunat *tahajjud* adalah shalat sunat yang paling utama setelah shalat fardhu dibandingkan dengan shalat sunat yang lainnya.⁹

Disamping itu, *tahajjud* merupakan shalat sunat yang dikerjakan di sepertiga malam terakhir, dimana orang yang terbiasa melakukannya akan mendapatkan predikat orang shalih, dan waktu yang tepat untuk bermunajat kepada Allah swt terhadap berbagai kebutuhan dan keperluan seseorang sebagai manusia.¹⁰

Disamping *tahajjud* juga mencakup zikir yang berupa tasbih, istigfar dan juga membaca al-Quran di malam hari, hal ini seperti disebutkan dalam al-

⁶ Hamka, *Tafsir al-Azhar*, Jilid 6, (Jakarta : Gema Insani, 2015) hlm. 320.

⁷ Hilmi al-Khuli, *Ajaibnya Gerakan Shalat*, (Yogyakarta : Redaksi Divapress, 2013) hlm. 27.

⁸ Mansur Abdul Hakim Muhammad, *Berobat dengan Shalat*, (Grogol : al-Hambra, 2011) hlm. 23.

⁹ Muhammad Muhyidin, *Tahajjud Sangat Menakjubkan*, (Yogyakarta : Redaksi Divapress, 2013), hlm. 13.

¹⁰ *Ibid*, hlm. 57.

Quran, “Dan bertasbihlah kamu kepadanya dimalam hari dan setiap selesai shalat”. (Q.S Qaf ayat 40).

Berdasarkan latar belakang di atas, melihat akan kelebihan-kelebihan shalat tahajjud baik kelebihan yang berupa balasan di dunia maupun balasan di akhirat maka penulis merasa tertarik untuk meneliti dan mengkaji lebih dalam lagi tentang “**Tahajjud Perspektif Mufassir dan kaitannya dengan Kesehatan**”

B. Identifikasi Masalah

Diantara alasan yang membuat penulis untuk menetapkan judul tentang *tahajjud* menurut tafsir al-Quran dan kaitannya dengan kesehatan karena :

1. Di dalam al-Quran shalat *tahajjud* merupakan salah satu shalat sunat yang Allah cantumkan dalam al-Quran dan anjuran untuk melaksanakannya yang terdapat di dalam beberapa ayat al-Quran sekaligus menjelaskan balasan bagi orang yang selalu mendirikan shalat *tahajjud* berupa balasan kemuliaan di dunia dan di akhirat, dan juga manfaat bagi kesehatan dan pengaruhnya terhadap tingkah laku yang baik bagi seseorang yang istiqomah dalam melaksanakannya, maka penulis tertarik untuk meneliti lebih dalam lagi.
2. Di zaman sekarang ini banyak kaum muslimin yang lalai dari menegakkan shalat *tahajjud*, mungkin kebanyakan dari kaum muslimin menganggap bahwa *tahajjud* adalah hanya sebuah perintah yang sunnah dimana ketika meninggalkannya maka ia tidak akan mendapatkan dosa, seseorang yang mengabaikan *tahajjud* banyak yang tidak mengetahui rahasia dibalik perintah *tahajjud*, sehingga ia tidak merasa rugi ketika ia meninggalkannya.
3. *Tahajjud* adalah suatu ibadah yang mempunyai pengaruh terhadap kesehatan, baik terhadap kesehatan jasmani maupun kesehatan rohani sehingga disamping memperoleh balasan pahala dari Allah swt seorang yang melaksanakan *tahajjud* juga akan memperoleh balasan kebaikan bagi kesehatannya.

C. Batasan Masalah

Agar penelitian ini dapat dilakukan lebih fokus, sempurna, dan mendalam, maka penulis memandang permasalahan penelitian yang diangkat perlu dibatasi pembahasannya, oleh sebab itu peneliti membatasi hanya yang berkaitan dengan *tahajjud* Perspektif al-Quran dan kaitannya dengan kesehatan. Kemudian tafsir yang akan dikaji dalam penelitian ini penulis menggunakan tiga tafsir, yaitu :

1. *Tafsir ath-Thabari Jami'ul bayan 'an Takwil ay al-Qur'an*, yang ditulis oleh al-Imam Abu Ja'far Muhammad bin Jarir ath-Thabari, tafsir ini merupakan tafsir klasik yang menafsirkan al-Quran dengan riwayat-riwayat (*Tafsir bil riwayat*), kemudian metode tafsir ini menggunakan metode *tahlili* (Menjelaskan isi kandungan ayat dengan detail).
2. *Tafsir al-Munir*, yang ditulis oleh Wahbah az-Zuhailly, tafsir ini merupakan tafsir kontemporer yang menafsirkan al-Quran dengan riwayat-riwayat (*Tafsir bil riwayat*), dan ada juga sebagian kecil yang ditafsirkan dengan pendapat-pendapat, dan corak tafsir ini lebih condong kepada tafsir corak fiqh, kemudian tafsir ini menggunakan metode *tahlili* (Menjelaskan isi kandungan ayat dengan detail).
3. *Tafsir al-Azhar*, yang ditulis oleh H. Malik Karim Amrullah (Hamka), merupakan tafsir kontemporer yang menafsirkan ayat lebih condong kepada memasukkan pendapat-pendapat para ulama (*Tafsir bil ro'yi*), kemudian tafsir ini juga menggunakan metode *tahlili* (Menjelaskan isi kandungan ayat dengan detail) dalam menafsirkan ayat al-Quran.

Adapun pembatasan masalah ayat yang akan dijadikan sebagai referensi utama dalam penelitian ini adalah :

1. Surah al-Isra' ayat 79

وَمِنَ اللَّيْلِ فَتَهَجَّدْ بِهِ نَافِلَةً لَّكَ عَسَىٰ أَن يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَامًا مَّحْمُودًا

“Dan pada sebgian malam, lakukanlah shalat tahajjud (sebagai suatu ibadah) tambahan bagimu, mudah-mudahan tuhanmu menempatkanmu ke tempat yang terpuji”¹¹

¹¹ Departemen Agama RI, *Al-Quran Al-Karim dan Terjemahannya*, (Semarang : PT. Karaya Toha Putra, 2002) hlm. 396.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Ayat ini merupakan salah satu ayat yang menceritakan *tahajjud* dalam al-Quran. Dalam ayat ini dikatakan bahwa ibadah shalat tahajjud adalah sebagai ibadah tambahan (sunnah).

2. Surah al-Sajadah ayat 16

تَتَجَافَى جُنُوبُهُمْ عَنِ الْمَضَاجِعِ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ خَوْفًا وَطَمَعًا وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنفِقُونَ

“Lambung mereka jauh dari tempat tidurnya, mereka berdoa kepada tuhan mereka dengan rasa takut dan penuh pengharapan, dan mereka menginfakkan sebagian rizki yang telah kami berikan kepada mereka”¹²

Dalam ayat ini juga menceritakan tentang orang yang bangun malam yang menjauhkan lambungnya dari tempat tidurnya yakni orang yang melaksanakan *tahajjud*.

3. Surah al-Furqan ayat 64

وَالَّذِينَ يَبِيتُونَ لِرَبِّهِمْ سُجَّدًا وَقِيَامًا

“Dan orang-orang yang menghabiskan waktu malam untuk beribadah kepada Tuhan mereka dengan bersujud dan berdiri”¹³

Dalam ayat ini juga diceritakan tentang orang yang menghabiskan waktu malamnya untuk beribadah kepada Tuhan dengan bersujud dan berdiri yakni shalat *tahajjud*.

4. Surah adz-Dzariyat ayat 17-18

كَانُوا قَلِيلًا مِنَ اللَّيْلِ مَا يَهْجَعُونَ (١٧) وَبِالْأَسْحَارِ هُمْ يَسْتَغْفِرُونَ

"Mereka sedikit sekali tidur pada waktu malam. Dan pada akhir malam mereka memohon ampun (Kepada Allah)" (Q.S. adz-Dzariyat ayat 17).

Pada ayat ini dapat disimpulkan juga bahwa kegiatan *tahajjud* selain berdiri dan sujud menghadap Allah juga mencakup kepada zikir meminta ampunan kepada Allah swt.

5. Surah al-Muzzammil ayat 1-6

يَا أَيُّهَا الْمُزَّمِّلُ (١) قُمِ اللَّيْلَ إِلَّا قَلِيلًا (٢) نِصْفَهُ أَوْ انْقُصْ مِنْهُ قَلِيلًا (٣) أَوْ زِدْ عَلَيْهِ وَرَتِّلِ الْقُرْآنَ تَرْتِيلًا (٤) إِنَّا سَنُلْقِي عَلَيْكَ قَوْلًا ثَقِيلًا (٥) إِنَّ نَاشِئَةَ اللَّيْلِ هِيَ أَشَدُّ وَطْئًا وَأَقْوَمُ قِيلًا (٦)

“Wahai orang yang berselimut (Muhammad), Bangunlah (Untuk shalat) kecuali sebagian kecil”, (Yaitu) setengahnya atau kurang sedikit dari itu,

¹² Ibid, hlm. 588.

¹³ Ibid, hlm. 510.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

atau lebih dari (Seperdua) itu, dan bacalah al-Quran dengan perlahan-lahan, sesungguhnya kami akan menurunkan perkataan yang berat bagimu, sungguh, bangun waktu itu lebih kuat (Mengisi jiwa) dan (Bacaan pada waktu itu) lebih berkesan.”¹⁴

Ayat ini merupakan ayat menyuruh melaksanakan shalat *tahajjud* sebagai suatu kewajiban sebelum turunnya surah al-Muzzammil ayat 20, dan pada ayat yang ke-4 merupakan perintah untuk membaca al-Qur'an dengan *tartil* khususnya pada malam hari (Termasuk *qiyamullail*).

6. al-Insan ayat 26

وَمِنَ اللَّيْلِ فَاسْجُدْ لَهُ وَسَبِّحْهُ لَيْلًا طَوِيلًا (٢٦)

“Dan pada sebagian malam maka sujudlah kepadanya, dan bertasbihlah pada bagian yang panjang di malam hari”. (Q.S. al-Insan ayat 26)

Dalam ayat ini *tahajjud* disebutkan dengan istilah bertasbih, dimana dalam kitab-kitab tafsir dikatakan bahwa makna bertasbih disini adalah shalat malam, dan ada juga yang mengatakan bahwa maknanya adalah zikir bertasbih.

D. Rumusan Masalah

Kemudian juga agar lebih jelas dan memudahkan operational penelitian, maka perlu di formulasikan beberapa rumusan masalah pokok berdasarkan latar belakang sebagaimana yang telah diuraikan diatas. Adapun yang jadi rumusan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut ;

1. Bagaimana penafsiran ayat tentang *tahajjud* dalam al-Quran?
2. Apasajakah kelebihan *tahajjud* dalam pandangan agama dan
3. Bagaimanakah kaitan *tahajjud* dengan kesehatan?

E. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui penafsiran ayat tentang *tahajjud* dalam al-Quran
2. Untuk mengetahui manfaat atau kelebihan yang terdapat dalam *tahajjud* dalam pandangan agama

¹⁴ Ibid, hlm. 846.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3. Untuk mengetahui manfaat *tahajjud* dari sudut pandang kesehatan.

Sedangkan ditinjau dari kegunaannya, maka kajian ini berguna secara akademik dan secara praktis, seperti berikut :

1. Kegunaan secara akademik
 - a. Memberikan kontribusi kepada para pembaca dan pecinta ilmu pengetahuan terutama dibidang al-Qur'an dan tafsir.
 - b. Mengembangkan dan memperkaya khazanah intelektual di dunia tafsir.
 - c. Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana agama (S.Ag) pada Universitas Islam Sultan Syarif Kasim Riau Fakultas Ushuluddin Jurusan Ilmu al-Qur'an dan Tafsir.

2. Kegunaan secara praktis

Kajian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman dan pengetahuan khususnya bagi penulis dan umumnya bagi pembaca tentang *tahajjud dalam pandangan al-Quran dan kaitannya dengan kesehatan* Sehingga dengan pemahaman yang diperoleh mampu meng-*output* dan mampu memberikan inspirasi kepada masyarakat dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu juga, diharapkan sebagai solusi terhadap permasalahan-permasalahan yang terjadi pada masyarakat dengan menyesuaikan kebutuhan serta situasi dan kondisi.

F. Sistematika Penulisan

Untuk mempermudah penelitian ini, maka dirasa perlu bagi penulis untuk menguraikan kerangka sistematika penulisan yang akan dibahas, adapun sistematikanya adalah sebagai berikut :

1. BAB I yaitu Pendahuluan

Pada bab ini berisikan :

- a. Latar belakang masalah
- b. Identifikasi masalah
- c. Batasan masalah
- d. Rumusan masalah
- e. Tujuan dan manfaat penelitian
- f. Sistematika Penelitian

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Bab II yaitu Tinjauan Pustaka (Kerangka Teori)

Pada bab ini berisikan :

- a. Landasan teori
- b. Tinjauan Kepustakaan

3. Bab II Metode Penelitian

Pada bab ini berisikan :

- a. Jenis penelitian
- b. Sumber data penelitian
- c. Teknik pengumpulan data
- d. Teknik analisis data

4. Bab IV Penyajian dan Analisis Data (Pembahasan dan Hasil)**5. Bab V Penutup**

Pada bab ini berisikan :

- a. Simpulan
- b. Saran-saran

6. Daftar Pustaka**7. Daftar Riwayat Hidup**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB II

OBJEK PENELITIAN (KERANGKA TEORI)

A. Landasan Teori

1. Pengertian *Tahajjud*

Tahajjud secara bahasa berasal dari kata *tahajjada* yang sama artinya dengan *istaiqazho* yang berarti terjaga, sengaja bangun atau sengaja tidak tidur, yang mana hal itu dilakukan pada waktu malam sehingga dinamakan juga *shalatullail* atau *qiyamullail* yang diartikan dengan shalat malam.¹⁵

Kemudian juga pengertian dari referensi lain yaitu *tahajjud* menurut pengertian bahasa adalah *mashdar* dari kalimat *tahajjada yatahajjadu tahajjudan*. *Tahajjud* diambil dari suku kata *hajada yahjudu hujudan*, dan *ahjada* jika seseorang selesai tidur. *Hajada al-qaumu hujudan*, berarti kaum itu sedang tidur. *Tahajjada fulanun*, berarti si fulan sedang shalat malam. Kalimat ini termasuk *al-adhdad*, yakni kalimat-kalimat yang bisa memiliki dua makna yang saling berlawanan, tergantung pada konteksnya. *Tahajjada* bisa berarti seseorang sedang tidur dan bisa juga seseorang sedang begadang.¹⁶

Kata *tahajjud* berasal dari kata *hujud* yang berarti tidur. Kata *tahajjud* difahami oleh al-Biqā'i sebagaimana di kutip dalam tafsir al-Mishbah oleh M. Quraish Shihab bahwa *tahajjud* itu adalah tinggalkan tidur untuk melaksanakan shalat. Salat ini disebut juga salat *lail* atau shalat malam karena ia dilaksanakan sama dengan waktu tidur, ada juga yang memahami kata tersebut dalam arti bangun dan sadar sesudah tidur. *Tahajjud* kemudian menjadi sebuah nama shalat tertentu, karena yang melakukannya bangun dari tidurnya untuk melaksanakan shalat.¹⁷

¹⁵ Sudirman Abbas, *The Power Of Tahajjud*, (Jakarta : Qultum Media, 2007), h/lm. 1.

¹⁶ Muhammad bin Azzuz, *42 Hadits*, hlm. 1.

¹⁷ M. Quraish Shihab, *Tafsir al-Mishbah, Pesan Kesan dan Keserasian al-Quran*, (Jakarta : Lentera Hati, 2002) hlm. 526.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

“Bersembahyang tahajjudlah kamu” sebagai penyesuaian dengan sesuatu yang disembunyikan, maksudnya bangkit dan shalat tahajjudlah engkau. Sedangkan هجد dan تهجد sama artinya. Dan هجده artinya engkau tidurkan dia, dan هجدهته artinya engkau bangunkan, التهجد artinya adalah jaga setelah tidur. Lalu menjadi nama sebuah shalat karena perhatian untuk melakukannya. Maka التهجد adalah bangun menunaikan shalat setelah tidur.¹⁸

Hamka juga menjelaskan dalam Tafsirnya “Dan pada sebagian malam, hendaklah engkau bangun (Untuk shalat tahajjud) sebagai tambahan bagimu” itulah yang dinamai dengan shalat tahajjud. Tahajjud artinya ialah bangun dari tidur, lalu dijadikan nama dari shalat malam. Abdullah bin umar menjelaskan bahwa shalat tahajjud itu ialah tidur dahulu baru bangun, ambil wudhu’ lalu shalat.¹⁹

Kemudian tahajjud ini juga dijelaskan oleh Allah dengan kata يَبْتَئُونَ yang dijelaskan oleh Allah swt dalam Q.S al-Furqan ayat 64, yaitu :

وَالَّذِينَ يَبْتَئُونَ لِرَبِّهِمْ سُجَّدًا وَقِيَامًا

“Dan orang-orang yang menghabiskan waktu malam untuk beribadah kepada tuhan mereka dengan bersujud dan berdiri”²⁰

Dalam tafsir al-Munir dijelaskan bahwa mendirikan shalat malam (Tahajjud). “Dan orang-orang yang menghabiskan waktu malam untuk beribadah kepada tuhan mereka dengan bersujud dan berdiri” kebiasaan mereka di malam hari seperti kebiasaan mereka di siang hari, siang hari mereka digunakan dalam kebaikan, dan begitu juga malam hari mereka. Apabila mereka menjumpai waktu malam, mereka bangun dari tidur dan bersujud, berdiri bermunajat kepada Tuhannya, mereka mendirikan shalat di sebagian malam atau lebih darinya, mereka tunduk dan patuh kepada Tuhannya.²¹

¹⁸ Al-Qurthubi, *Tafsir al-Qurthubi*, alih bahasa Mukhlis B Mukti, Jilid 10, (Jakarta : Pustaka Azzam, 2008) hlm. 765.

¹⁹ Hamka, *Tafsir al-Azhar*, Jilid , (Jakarta : Gema Insani, 2015) hlm. 320.

²⁰ *Ibid*, hlm. 510.

²¹ Wahbah az-Zuhaili, *Tafsir al-Munir Fil Aqidah Was Syari'ah Wal Manhaj*, , Jilid 10, Cet ke-10 (Damaskus : Dar al-Fikr, 2009) hlm. 118.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Allah SWT menyebutkan sifat dan spesifikasi mereka yang lain, yaitu *bertahajjud* atau *qiyamul lail*, berdoa dengan tulus murni hanya kepada Allah SWT serta berinfak di jalan kebaikan. تَتَجَافَى جُنُوبُهُمْ عَنِ الْمَضَاجِعِ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ خَوْفًا وَطَمَعًا وَمِمَّا رَزَقْنَاهُمْ يُنفِقُونَ “Lambung mereka jauh dari tempat tidurnya, mereka berdoa kepada tuhan mereka dengan rasa takut dan penuh pengharapan, dan mereka menginfakkan sebagian rizki yang telah kami berikan kepada mereka” sisi-sisi tubuh mereka terangkat menjauh dan meninggalkan tempat-tempat tidur dan istirahat, bergegas bangkit dengan penuh semangat untuk melakukan *qiyamul lail*, jiwa-jiwa mereka merasa tenang, tenteram dan damai dengan bermunajat kepada Allah swt, hati mereka merasa nyaman, tenteram dan damai dengan beribadah. Mereka memanjatkan doa kepada Allah dengan doa yang tulus dan sungguh-sungguh seraya dilandasi keyakinan dan kemantapan akan diperkenankan dengan penuh rasa takut kepada hukuman serta dengan penuh pengharapan kepada rahmat dan pahala yang melimpah. Mereka juga menginfakkan sebagian harta kekayaan mereka di jalan kebajikan dan keridhaan Allah swt. Dengan begitu, berarti mereka memadukan dan mengombinasikan antara menjalankan amal-amal ibadah individual dan amal-amal ibadah sosial.²²

at-Tirmidzi meriwayatkan dari Anas, Ayat ini turun menyangkut masalah menunggu datangnya waktu shalat Isya setelah selesai shalat Maghrib.” At-Tirmidzi memasukkan riwayat ini ke dalam kategori riwayat shahih.²³

2. Etika atau Adab Melaksanakan Shalat *Tahajjud*

Ketika seseorang hendak melaksanakan shalat *tahajjud* ada beberapa hal yang perlu untuk diperhatikan :

- a. Wudhu’ dan berdoa Sebelum Tidur
- b. Berniat akan melaksanakan shalat *tahajjud* ketika akan tidur
- c. Membersihkan bekas tidur dari wajah kemudian bersuci

²² Wahbah az-Zuhaili, *Tafsir al-Munir Fil Aqidah Was Syari’ah Wal Manhaj*, Jilid 11, Cet ke-10 (Damaskus : Dar al-Fikr, 2009) hlm. 226.

²³ *Ibid*, hlm. 224.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- d. Membuka shalat dengan shalat iftitah
- e. Hendaknya membangunkan keluarganya untuk bersama-sama shalat tahajjud
- f. Jika mengantuk, sebaiknya shalatnya dihentikan sampai kantuknya hilang
- g. Jangan terlalu memaksakan diri dan hendaklah shalat tahajjud dijalankan sesuai dengan kesanggupannya, dengan itu mengondisikan diri adalah cara yang baik. Karena jika sudah terbiasa rasa berat dan kantuk akan hilang.
- h. Sangat dianjurkan pada waktu malam untuk banyak memohon dan beristigfar kepada Allah SWT.²⁴

3. Keutamaan *Tahajjud* Bagi Rasulullah saw.

Dijelaskan dalam al-Quran Q.S al-Isra' ayat 79 :

وَمِنَ اللَّيْلِ فَتَهَجَّدْ بِهِ نَافِلَةً لَّكَ عَسَىٰ أَن يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَامًا مَّحْمُودًا

“Dan pada sebagian malam, lakukanlah shalat tahajjud (sebagai suatu ibadah) tambahan bagimu, mudah-mudahan Tuhanmu menempatkanmu ke tempat yang terpuji”

Wahbah az-Zuhaili menjelaskan dalam kitab tafsirnya bahwa makna *مَقَامًا مَّحْمُودًا* Para mufassir sepakat, sebagaimana dikatakan oleh al-Wahidi, bahwa posisi memberi syafaat teragung adalah dalam menggugurkan hukuman. Tempat yang terpuji ini, sebagaimana dikatakan oleh Ibnu Jarir ialah tempat atau kedudukan Nabi saw. pada hari Kiamat untuk memberikan syafaat kepada orang-orang agar Allah mengeluarkan mereka dari kesulitan yang sangat berat pada hari itu.

Imam Muslim meriwayatkan dengan sanadnya dari Nabi saw. Tentang firman Allah *عَسَىٰ أَن يَبْعَثَكَ رَبُّكَ مَقَامًا مَّحْمُودًا* beliau bersabda :

هوالمقام الذي اشفع لامتي فيه

"Itu adalah kedudukan yang padanya aku memberikan syafaat pada ummatku"²⁵

²⁴ Moh. Sholeh, *Terapi Shalat Tahajjud*, (Jakarta : Noura Books, 2012) hlm. 140.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kemudian dijelaskan pula dalam tafsir al-Qurthubi bahwa مَقَامًا مَحْمُودًا itu adalah syafa'at untuk banyak orang seperti dalam hadits yang diriwayatkan oleh Muslim dari Ibnu Umar ia berkata “sungguh manusia dihari kiamat akan menjadi kelompok-kelompok setiap ummat akan mengikuti nabinyadengan mengatakan “hai fulan berilah syafaat” hingga syafa'at itu berakhir pada Nabi SAW hal itu terjadi pada hari beliau dibangkitkan oleh Alloh berada ditempat yang terpuji.²⁶

Jika telah jelas bahwa مَقَامًا مَحْمُودًا adalah perkara syafaat yang menjadikan para nabi saling melempar hingga akhirnya berhenti pada Nabi Muhammad SAW, sehingga sehingga beliau membarikan syafa'at itu untuk orang-orang yang berada ditempat berhimpun agar disegerakan hisab mereka lalu di istirahatkan dari kondisi yang sangat mendebarkan di tempat mereka berada adalah sesuatu yang khusus bagi Nabi Muhammad SAW.²⁷

4. Perbedaan Pendapat Tentang Hukum Pelaksanaan *Tahajjud*

Di dalam tafsir al-Qurthubi di jelaskan bahwa ada beberapa pendapat tentang pelaksanaan *tahajjud*, yaitu :

- a. Pendapat yang disampaikan oleh Sa'id bin Jubair, bahwa kewajiban shalat malam itu hanya dikhususkan kepada Nabi saw saja, tidak kepada Nabi lainnya dan juga kepada ummat beliau.
- b. Pendapat yang disampaikan oleh Ibnu Abbas, bahwa kewajiban untuk melaksanakan shalat malam itu tidak hanya kepada Nabi saw. saja, namun juga kepada Nabi-nabi sebelum beliau.
- c. Pendapat yang disampaikan oleh Aisyah dan riwayat lain dari Ibnu Abbas dan pendapat inilah yang dianggap paling benar. Pendapat tersebut diisyaratkan dalam kitab Shahih Muslim yaitu riwayat yang menyebutkan kisah Sa'ad bin Hisyam yang berniat ntuk pergi berjihad dijalan Alloh....(karena panjangnya astar ini tidak disebutkan secara

²⁵ Wahbah az-Zuhaili, *Tafsir al-Munir Fil Aqidah Was Syari'ah Wal Manhaj*, , Jilid 8, Cet ke-10 (Damaskus : Dar al-Fikr, 2009) hlm. 157.

²⁶ Al-Qurthubi, Op.Cit, hlm.769.

²⁷ *Ibid*, hlm. 770.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

keseluruhan, namun pada intinya)...lalu aku berkata kepada Aisyah “beritahukanlah kepadaku tentang shalat yang dilakukan oleh Nabi saw” aisyah menjawab “tidakkah engkau membaca surah al-Muzzammil?” aku menjawab “aku telah membacanya” lalu Aisyah berkata “pada awal surah tersebut Alloh mewajibkan pelaksanaan shalat malam pada setiap malamnya hingga satu tahun lamanya dan Alloh menahan ayat terakhir dari surah tersebut diatas langit selama dua belas bulan lamanya hingga Alloh menurunkan ayat tersebut sebagai keringanan untuk mereka, sehingga shalat malam yang sebelumnya diwajibkan atas mereka diubah menjadi sunnah.²⁸

B. Tinjauan Kepustakaan

Tinjauan pustaka merupakan paparan singkat tentang hasil-hasil penelitian sebelumnya mengenai masalah yang sejenis, sehingga dapat diketahui posisi dan kontribusi peneliti dalam wacana yang diteliti. Kajian mengenai *tahajjud* menurut al-Quran dan ilmu kesehatan ini bukanlah hal yang baru diteliti atau diperbincangkan. Kajian ini sudah banyak dilakukan di berbagai literatur baik dari skripsi, jurnal, maupun laporan penelitian lain. Akan tetapi, di dalam penelitian yang sudah ada baik skripsi, jurnal maupun laporan penelitian, tidak dijelaskan secara rinci mengenai *tahajjud* menurut al-Quran dan ilmu kesehatan. Di dalam penelitian ini penulis ingin meneliti lebih dalam mengenai penemuan *tahajjud* terbaru ini dan ingin mencari lagi penemuan-penemuan terbaru lainnya berkaitan dengan shalat *tahajjud* dan urgensinya bagi kehidupan manusia

Dalam literatur yang telah penulis kumpulkan, penulis menemukan beberapa penelitian yang sejenis dan mendukung dengan penelitian penulis. Penulis juga telah mendapati beberapa buku yang membahas mengenai *tahajjud* baik itu menurut agama maupun menurut ilmu kesehatan.

²⁸ Al-Qurthubi, *Tafsir al-Qurthubi*, alih bahasa Ahmad Khatib, dkk, Jilid 19, (Jakarta : Pustaka Azzam, 2009) hlm. 423.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Diantara penelitian-pemelitian yang mendukung dan buku yang membahas mengenai *tahajjud* menurut al-Quran dan ilmu kesehatan ialah diantaranya,:

1. “Konsep Terapi Shalat *Tahajjud* dan Pengamalannya di Klinik Prof. Mohammad Shaleh Dalam Perspektif Imam al-Ghazali” sebuah skripsi yang ditulis oleh Wiliani Uki Purbawanti jurusan aqidah dan filsafat Islam fakultas ushuluddin pada tahun 2018. dalam penelitian ini penulis juga membahas masalah shalat *tahajjud* dengan tempat yang terbatas yaitu di klinik Prof. Mohammad Shaleh dan juga perspektif yang terbatas yaitu Imam al-Ghazali dan Prof. Mohammad Sholeh, dan merupakan penelitian yang berbentuk lapangan.²⁹
2. “Pelaksanaan Shalat *Tahajjud* untuk Kesehatan Mental : Studi Kasus Terhadap Santri Pondok Pesantren Mahasiswa al-Jihad Wonocolo Surabaya” sebuah skripsi yang ditulis oleh Laksana Taufan Jurusan Pendidikan Agama Islam di Institut Agama Islam Sunan Ampel Surabaya tahun 2013. Pada skripsi ini penulis lebih memaparkan tentang pelaksanaan shalat *tahajjud* untuk kesehatan mental pada kesehatan santri di pondok pesantren al-Jihad, dan merupakan penelitian yang berbentuk lapangan sedangkan.³⁰
3. “Shalat *Tahajjud* Sebagai Penenang Jiwa Bagi Santri di Pondok Pesantren Mahasiswa al-Jihad Surabaya”. Skripsi ini ditulis oleh Abdul Majid jurusan Aqidah Fisafat Fakultas Ushuluddin di Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya pada tahun 2008. Pada penulisan skripsi ini penulis lebih memaparkan tentang shalat *tahajjud* sebagai penenang jiwa bagi santri di pondok pesantren al-Jihad, dan merupakan penelitian yang berbentuk lapangan.³¹

²⁹ Williani Uki Purbawanti, “Konsep Terapi Shalat *tahajjud* dan pengamalannya di Klinik Prof. Mohammad Sholeh Dalam Perspektif Imam al-Ghazali”, (Surabaya : UIN Sunan Ampel, 2018).

³⁰ Laksana Taufan, “Pelaksanaan Shalat *Tahajjud* Untuk Kesehatan Mental, Study Kasus Terhadap Santri Pondok Pesantren Mahasiswa al-Jihad Wonocolo Surabaya”, (Surabaya : IAIN Sunan Ampel, 2013).

³¹ Abdul Majid, “*Tahajjud Sebagai Penenang Jiwa Bagi Santri di Pondok Pesantren Mahasiswa al-Jihad Surabaya*”, (Surabaya : IAIN Sunan Ampel, 2008).



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

4. “Pengaruh Shalat *Tahajjud* Terhadap Akhlaq al-Mahmudah di Pondok Pesantren al-Ishlah Bondowoso” Skripsi ini ditulis oleh Munawwaroh jurusan Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah di Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya tahun 2005. Pada penulisan skripsi ini penulis memaparkan tentang pengaruh *tahajjud* terhadap akhlaq al-mahmudah di pondok pesantren al-Ishlah Bondowoso, dan merupakan penelitian yang berbentuk lapangan.³²
5. “Terapi Shalat *Tahajjud* Bagi Kesehatan Mental Santri Pondok Pesantren Nurul Huda Lampung” Sebuah skripsi yang ditulis oleh Agustina Linta Saputri jurusan bimbingan dan konseling Islam di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung pada tahun 2018. Pada skripsi ini membahas tentang terapi shalat *tahajjud* bagi kesehatan mental santri yang dilakukan secara penelitian lapangan (Field Research) yang berlokasi di pondok pesantren Nurul Huda Lampung.³³
6. “Shalat *Tahajjud* Dalam al-Quran (Suatu Kajian Tafsir Tematik)” sebuah skripsi yang ditulis oleh Ummu Aimanah jurusan tafsir hadits fakultas ushuluddin UIN Alauddin Makassar pada tahun 2013. Tafsir ini membahas shalat *tahajjud* dalam al-Quran dengan melakukan kajian dari berbagai tafsir dan juga menjelaskan keutamaannya dari sudut pandang agama. Dan penelitian ini dilakukan secara pustaka (Library research).³⁴
7. “*Tahajjud* dan Pendidikan Kesehatan Mental (Perspektif Tafsir tahlili dan Maudhu’i pada QS al-Isra’ : 79)” Skripsi ini ditulis oleh Abdul Aziz jurusan Pendidikan Agama Islam fakultas tarbiyah di Institut Agama Islam Negeri Walisongo Semarang pada tahun 2011. Dalam skripsi ini dibahas masalah *tahajjud* dan juga pendidikan *tahajjud* terhadap kesehatan mental, dalam penelitian ini lebih mengarah kepada pendidikan *tahajjud* terhadap

³² Munawwarah, “Pengaruh Shalat *Tahajjud* Terhadap Akhlaq al-Mahmudah di Pondok Pesantren al-Ishlah Bondowoso”, (Surabaya : IAIN Sunan Ampel, 2005).

³³ Agustina Linta Saputri, “Terapi Shalat *Tahajjud* Bagi Kesehatan Mental Santri di Pondok Pesantren Nurul Huda Lampung”, (Lampung : UIN Raden Intan, 2018).

³⁴ Ummu Aimanah, “Shalat *Tahajjud* Dalam al-Quran (Suatu Kajian Tematik)”, (Makassar : UIN Alauddin, 2013).

kesehatan yang berkaitan dengan mental dan ayat yang dibahas juga dibatasi yaitu surah al-Isra' ayat 79.³⁵

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

³⁵ Abdul Aziz, *Tahajjud dan Pendidikan Kesehatan Mental (Perspektif Tahlili dan Maudhu'i Pada QS al-Isra' : 79"*, (Semarang : IAIN Walisongo, 2011).



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang dilakukan oleh penulis adalah penelitian analisis data yaitu penelitian kualitatif dimana dalam penelitian ini menggunakan data kualitatif (data yang berbentuk data, kalimat, skema dan gambar). Proses penelitian dimulai dengan asumsi dasar dan aturan berfikir dalam yang akan digunakan dalam penelitian. Asumsi dan aturan berfikir tersebut selanjutnya diterapkan secara sistematis dalam pengumpulan dan pengolahan data untuk memberikan penjelasan dan argumentasi. Dalam penelitian kualitatif informasi yang dikumpulkan dan diolah harus tetap obyektif dan tidak dipengaruhi oleh pendapat peneliti sendiri.³⁶

Dengan demikian penelitian ini lebih mengarah kepada penelitian *library research*, yaitu penelitian yang mengumpulkan data dan informasi dengan bantuan berbagai macam materi baik berupa buku, surat kabar, majalah, jurnal, dan berbagai tulisan lain yang memiliki keterkaitan dengan pembahasan penelitian ini.³⁷

B. Sumber Data Penelitian

1. Data Primer

Data primer merupakan data yang diperoleh langsung di lapangan oleh peneliti sebagai objek penulisan. Sumber utama dalam mengkaji *tahajjud* menurut al-Quran dan kaitannya dengan kesehatan ini yaitu merujuk kepada al-Quran al-Karim surah al-Isra' ayat 79, surah al-Sajadah ayat 16, surah al-Furqan ayat 64, surah al-Dzariyat ayat 17-18, surah al-Muzzammil ayat 1-6, dan surah al-Insan ayat 26 dan juga berbagai macam kitab tafsir dan tafsir yang dipakai oleh penulis dalam penelitian ini yaitu *tafsir al-Munir* sebuah tafsir yang ditulis oleh Prof. Dr. Wahbah az-Zuhaili, yang merupakan sebuah

³⁶ Jani Arni, *Metode Penelitian Tafsir*, (Pekanbaru : Daulat Riau, 2013) hlm. 11.

³⁷ Afifuddin, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung : CV Pustaka Setia, 2009) hlm. 111.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

tafsir yang bercorak *fiqh* dan *lughawi*, tafsir al-Azhar yang ditulis oleh buya Hamka yang merupakan tafsir nusantara yang ditulis dengan metode *tahlili* (Menafsirkan ayat dengan detail), dan didalamnya terdapat lebih banyak hasil pemikiran dan pendapat dibandingkan riwayat-riwayat maka dari itu tasir ini masuk kedalam *tafsir bil ro'yi* (Menafsirkan dengan pendapat), dan juga tafsir ath-Thabari yang ditulis oleh Muhammad bin Jarir aath-Thabari yang merupakan tafsir *bil riwayat* dengan metode penafsiran menggunakan metode *tahlili*.

2. Data Sekunder

Data Sekunder adalah data yang dapat mendukung dan memperkuat data primer. Sumber pendukung yang akan menguatkan tentang *tahajjud* menurut al-Quran dan kaitannya dengan kesehatan. Diantara sumber data sekunder yang dipakai oleh penulis diantaranya buku-buku yang berkenaan dengan shalat tahajjud, seperti buku karangan Moh. Sholeh dengan Judul *terapi shalat tahajjud menyembuhkan berbagai penyakit*, kemudian juga buku *terapi shalat tahajjud 90 hari tanpa henti*, dan juga berbagai artikel baik itu *tahajjud* dalam pandangan al-Quran maupun dalam pandangan ilmu kesehatan.

C. Teknik Pengumpulan Data

Yang dimaksud dengan metode atau teknik pengumpulan data adalah metode atau cara yang digunakan untuk mengumpulkan data yang diperlukan dalam penelitian melalui prosedur yang sistematis dan standar. Adapun yang dimaksudkan dengan data dalam penelitian adalah semua bahan keterangan atau informasi mengenai suatu gejala atau fenomena yang ada kaitannya dengan riset. Data yang dikumpulkan dalam suatu penelitian harus relevan dengan pokok persoalan. Untuk mendapatkan data yang dimaksud diperlukan suatu metode yang efektif dan efisien dalam artian metode harus praktis, dan tepat dengan obyek penelitian.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Mengingat penelitian ini adalah library research maka teknik yang digunakan adalah dokumentasi yaitu dengan meliputi langkah-langkah sebagai berikut:

1. Menetapkan masalah yang akan dibahas (Topik)
2. Menghimpun ayat-ayat yang berkaitan dengan masalah tersebut
3. Menyusun runtutan ayat sesuai dengan dimana turunnya, disertai pengetahuan tentang asbab an-nuzul
4. Memahami korelasi ayat-ayat tersebut dalam suratnya masing-masing
5. Menyusun pembahasan dalam kerangka yang sempurna
6. Melengkapi pembahasan dengan hadits-hadits yang relevan dengan pokok pembahasan
7. Mempelajari ayat-ayat tersebut secara keseluruhan dengan menghimpun ayat-ayat yang mempunyai pengertian sama, atau mengompromikan ayat-ayat yang umum dan yang khusus, *mutlak* dan *muqayyad* atau yang pada lahirnya bertentangan, sehingga kesemuanya bertemu dalam satu muara tanpa perbedaan atau pemaksaan.³⁸

D. Teknik Analisa Data

Teknik yang dilakukan oleh penulis dalam menganalisa data adalah dengan cara mengklasifikasikan pembahasan. Kemudian data telah diklasifikasikan dianalisa dengan pola penafsiran maudhu'I. untuk menghasilkan pembahasan yang sinkron dan relevan maka disusun langkah-langkah sebagai berikut : memilih dan menetapkan tema yang dikaji, yaitu Tahajjud perspektif al-Qur'an dan hubungannya dengan kesehatan, mencari dan menghimpun ayat-ayat yang berkenaan dengan tema yang bersangkutan, menyusun tema bahasan dalam kerangka yang sesuai, serta melengkapi pembahasan dengan hadits dan ijtihad jika diperlukan sehingga pembahasan dapat dipahami dengan mudah dan jelas.

³⁸ Rosihon Anwar, *Ilmu Tafsir*, (Bandung : Pustaka Setia, 2005) hlm. 161-162.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Adapun yang dapat disimpulkan oleh penulis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bahwa dalam al-Qur'an Allah swt menyebutkan *tahajjud* ini dalam beberapa bentuk kata yang berbeda, yaitu :
 - a. *Tahajjad*, yaitu bangun pada sebagian malam untuk melaksana shalat dan dikenal juga dengan shalat *tahajjud*
 - b. Menjauhkan lambung dari tempat tidur
 - c. Menghabiskan malam untuk beribadah
 - d. Bangun malam untuk melaksana shalat malam (*Tahajjud*)
 - e. Kemudian Allah swt juga menyebutkan *tahajjud* dalam al-Quran dengan bentuk kata *tashbih*.
2. Bahwa yang digolongkan kepada *tahajjud* itu tidaklah dibatasi dengan shalat pada malam hari saja, akan tetapi juga membaca al-Qur'an dan menghayati isinya, kemudian juga mempergunakan waktu malamnya untuk memohon ampun pada Allah swt, juga memperbanyak dzikir mengingat Allah swt, dan juga aktifitas malam yang merupakan ibadah dalam bentuk mendekatkan diri kepada Allah swt semuanya termasuk kedalam kategori *tahajjud*.
3. *tahajjud* ini juga sangat berpengaruh terhadap kesehatan rohani seseorang,
4. keutamaan *tahajjud* dalam pandangan sudut pandang agama :
 - a. Shalat malam atau *tahajjud* merupakan sebaik-baik shalat sesudah shalat fardu.
 - b. Disediakan baginya disurga kamar-kamar yang tampak dari luar bagian dalamnya dan tampak dari dalam bagian luarnya.
 - c. Merupakan peramalan orang-orang shaleh untuk mendekatkan diri kepada Alloh dan sebagai penghapus dosa dan juga pencegah perbuatan dosa.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- d. Pada waktu shalat malam merupakan waktu yang sangat *maqbul* untuk memohon kepada Alloh.
 - e. Alloh akan mengangkat derajat kita ke tempat yang terpuji.
 - f. Merupakan peluang yang besar untuk mendapatkan ampunan dari Allah swt.
 - g. Dan yang lainnya.
5. *Tahajjud* juga mempunyai pengaruh terhadap kesehatan seseorang yang rutin dalam melaksanakan *tahajjud*, diantaranya :
- a. Shalat *tahajjud* atau shalat malam membantu meningkatkan imun atau ketahanan tubuh, sehingga tubuh menjadi kuat, tidak mudah terserang penyakit
 - b. *Tahajjud* akan meghindarkan penyakit punggung yang biasanya dialami pada usia menjelang atau sudah tua.
 - c. Shalat *tahajjud* akan mencegah tubuh dari penyakit paru-paru basah.
 - d. *Tahajjud* merupakan suatu cara untuk mempertahankan kestabilan hormon melatonin.
 - e. Shalat *Tahajjud* Menyembuhkan Penyakit Kanker
 - f. Shalat *Tahajjud* Dapat Menurunkan Stres
 - g. Seseorang yang *bertahajjud* meminta ampun kepada Allah swt dengan menagisi semua kesalahannya dengan air mata yang membasahi pipinya akan memberikan manfaat juga bagi kesehatannya. para ilmuwan berpendapat bahwa air mata itu berisi sekian persen racun yang keluar dari dalam tubuh melalui cara menangis.

B. Saran-saran

Pembahasan tentang *tahajjud* dalam pandangan al-Quran dan kaitannya dengan kesehatan ini adalah suatu penelitian yang bertujuan untuk memberikan motivasi bagi ummat Muslim untuk senantiasa melakukan *tahajjud*.

Mengingat keutamaan dan manfaat *tahajjud* yang begitu banyak, hendaknya kita senantiasa selalu melaksanakan *tahajjud* sebagai salah satu sarana yang sangat baik untuk mendekatkan diri kepada Allah swt dan juga sebagai sarana

untuk terapi jasmani dan rohani secara alami dan merupakan sebuah amalan kebajikan.

Kemudian dari hasil penelitian ini tentunya masih banyak kejanggalan dan kekurangan serta kesalahan yang harus dibenahi, oleh karena itu peneliti sangat memerlukan saran dan kritik dari semua pihak demi kesempurnaan karya ilmiah ini.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



DAFTAR PUSTAKA

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Al-Hajjaj, Abu al-ccHusain Muslim bin, TT, *Shohih Muslim*, ed. Muhammad Fu'ad Abdul Baqi', Jilid 3, Bairut : Dar Ihya Tarasal 'Arabi.
- al-Isfari, Abu Muhammad, 2019, *Terapi Tahajjud 90 Hari Tanpa Henti*, Cet ke-1, Surakarta : as-Salam Publishing.
- al-Khuli, Hilmi, 2013, *Ajaibnya Gerakan Shalat*, Yogyakarta : Redaksi Divapress.
- al-Qurthubi, 2008, *Tafsir al-Qurthubi*, penerjemah : Mukhlis B Mukti, Jilid 10, Jakarta : Pustaka Azzam.
- al-Qurthubi, 2009, *Tafsir al-Qurthubi*, penerjemah : Ahmad Khatib, dkk, Jilid 19, Jakarta : Pustaka Azzam.
- Aimanah, Ummu, 2013, "*Shalat Tahajjud Dalam al-Quran (Suatu Kajian Tematik)*", Makassar : UIN Alauddin.
- Afifuddin, 2009, *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung : CV Pustaka Setia.
- Anwar, Rosihon, 2005, *Ilmu Tafsir*, Bandung : Pustaka Setia.
- Arni, Jani, 2013, *Metode Penelitian Tafsir*, Pekanbaru : Daulat Riau.
- ath-Thabari, Abi Ja'far Muhammad bin Jarir, 1422 M, *Tafsir at-Tabari Jami' al-Bayan an Ta'wil ay al-Qur'an*, Jilid 15, Cairo : Badar Hijr.
- ath-Thabari, Abi Ja'far Muhammad bin Jarir, 1422 M, *Tafsir at-Tabari Jami' al-Bayan an Ta'wil ay al-Qur'an*, Jilid 18, Cairo : Badar Hijr.
- ath-Thabari, Abi Ja'far Muhammad bin Jarir, 1422 M, *Tafsir at-Tabari Jami' al-Bayan an Ta'wil ay al-Qur'an*, Jilid 21, Cairo : Badar Hijr.
- ath-Thabari, Abi Ja'far Muhammad bin Jarir, 1422 M, *Tafsir at-Tabari Jami' al-Bayan an Ta'wil ay al-Qur'an*, Jilid 23, Cairo : Badar Hijr.
- at-Tirmizi, Abi Isa Muhammad bin Isa, 1996, *al-Jami'ul Kabir*, ed. Dr. Bassar Awwal dan juhruf. Jilid 4, Bairut : Dar ghorbil Islami.
- at-Tirmizi, Abi Isa Muhammad bin Isa, 1996, *al-Jami'ul Kabir*, ed. Dr. Bassar Awwal dan juhruf. Jilid 5, Bairut : Dar ghorbil Islami.
- Aziz, Abdul, 2011, *Tahajjud dan Pendidikan Kesehatan Mental (Perspektif Tahlili dan Maudhu'I Pada QS al-Isra' : 79)*, Semarang : IAIN Walisongo.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Azzuz, Muhammad bin, 2010, *42 Hadits Shalat Tahajjud & Qiyamullail*, alih bahasa Abdul Rosyad Shiddiq, Cet. 1, Jakarta : Darl Falah.

az-Zuhaili, Wahbah, 2016, *Tafsir al-Munir*, Penerjemah : Abdul Hayyie, dkk, Jilid 8, Jakarta : Gema Insani.

az-Zuhaili, Wahbah, 2016, *Tafsir al-Munir*, alih bahasa Abdul Hayyie, dkk, Jilid 10, Jakarta : Gema Insani.

az-Zuhaili, Wahbah, 2016, *Tafsir al-Munir*, alih bahasa Abdul Hayyie, dkk, Jilid 11, Jakarta : Gema Insani.

az-Zuhaili, Wahbah, 2016, *Tafsir al-Munir*, alih bahasa Abdul Hayyie, dkk, Jilid 14, Jakarta : Gema Insani.

az-Zuhaili, Wahbah, 2016, *Tafsir al-Munir*, Penerjemah : Abdul Hayyie, dkk, Jilid 15, Jakarta : Gema Insani.

Bamu'aibid, Hasan bin Muhammad, 2007, *Berobat Dengan Air Mata*, alih bahasa Ibnu Abdil Jamil, Cet. II, Solo : Mumtaza.

Departemen Pendidikan Nasional, 2005, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta : Balai Pustaka.

Departemen Agama RI, Tt, *al-Quran dan Terjemahannya*, (Jakarta : PT. Pantja Cemerlang.

Esti Widiani, Doddy Indrawan, *Pengaruh Shalat Tahajjud Terhadap Depresi Pada Santri di Pesantren an-Nur 2 Bululawang Malang*, Jurnal Care, Vol. 2, No. 2, (2014).

Hamka, 2015, *Tafsir al-Azhar*, Jilid 5, Jakarta : Gema Insani.

Hamka, 2015, *Tafsir al-Azhar*, Jilid 6, Jakarta : Gema Insani.

Hamka, 2015, *Tafsir al-Azhar*, Jilid 9, Jakarta : Gema Insani.

Hamka, 2015, *Tafsir al-Azhar*, Jilid 10, Jakarta : Gema Insani.

Ilyas, Yunahar, 2014, *Kuliah Ulumul Quran*, Yogyakarta : Itqan Publishing.

Isma'il, Abi Abdillah Muhammad bin 1987, *Jami' Al-Shahih*, Jilid 2, Cairo : Dar As-Sya'bi.

Khalid Abri, Muhammad, 2012, *Kebiasaan Rasulullah SAW*, Jakarta : Pustaka As-Sunnah.

Kurniasih, Imas, 2008, *Indahnya Tahajjud*, Yogyakarta : Mutiara Media.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

- Ma'luf, Luwis, 1977, *al-Munfid fi al-Lughah wa al-A'lam*, Beirut : Dar ad-Damasqi.
- Majid, Abdul, 2008, "*Tahajjud Sebagai Penenang Jiwa Bagi Santri di Pondok Pesantren Mahasiswa al-Jihad Surabaya*", Surabaya : IAIN Sunan Ampel.
- Muhammad, Mansur Abdul Hakim, 2011, *Berobat dengan Shalat*, Grogol : al-Hambra.
- Muhyidin, Muhammad, 2013, *Tahajud Sangat Menakjubkan*, Yogyakarta : Redaksi Divapress.
- Munawwarah, 2005, "*Pengaruh Shalat Tahajjud Terhadap Akhlaq al-Mahmudah di Pondok Pesantren al-Islah Bondowoso*", Surabaya : IAIN Sunan Ampel.
- Nuron A'la, Muhs. Alfian Zidni, 2017, *Penerapan Shalat Tahajjud Terhadap Penderita Penyakit Stroke di Klinik Rumah Sehat Avicenna, Desa Tempurejo Kecamatan Pesantren Kota Kediri*, Jurnal Spiritualita, Vol. 1, No. 1.
- Prianto, Budhi, 2012, *99 Peristiwa Menakjubkan Bukti Kuasa Alloh*", Jakarta : PT Ufuk Publishing House.
- Purbawanti, Williani Uki, 2018, "*Konsep Terapi Shalat tahajjud dan pengamalannya di Klinik Prof. Mohammad Sholeh Dalam Perspektif Imam al-Ghazali*", Surabaya : UIN Sunan Ampel.
- Rahman, Muzdalifah M Kesehatan, 2016, *Mental pelaku Shalat Tahajjud*, Jurnal Akhlaq dan Tasawuf, Vol. 2, No. 2.
- Sabiq M. Azam, Zaenal Abidin, 2015, *Efektivitas Shalat Tahajjud Dalam Mengurangi Tingkat Stres Santri*, Jurnal Intervensi Psikology, Vol. 6, No. 2.
- Saputri, Agustina Linta, 2018, "*Terapi Shalat Tahajjud Bagi Kesehatan Mental Santri di Pondok Pesantren Nurul Huda Lampung*", Lampung : UIN Raden Intan.
- Shihab, M. Quraish, 2002, *Tafsir al-Mishbah, Pesan Kesan dan Keserasian al-Quran*, Jakarta : Lentera Hati.
- Sholeh, Moh. 2012, *Terapi Sholat Tahajjud Menyembuhkan Berbagai Penyakit*, Jakarta : Noura Books.
- Suyuthi, Imam, 2017, *Asbabun Nuzul, Sebab-sebab Turunnya al-Qur'an, alih bahasa Ali Nurdin*, Jakarta : Qisthi Press.

Taufan, Laksana, 2013, *“Pelaksanaan Shalat Tahajjud Untuk Kesehatan Mental, Study Kasus Terhadap Santri Pondok Pesantren Mahasiswa al-Jihad Wonocolo Surabaya”*, Surabaya : IAIN Sunan Ampel.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Muhammad Wildan Akhir Hasibuan

Tempat/Tgl. Lahir : Parapat, 17-November-1997

Pekerjaan : Mahasiswa UIN SUSKA RIAU

Alamat Rumah : Desa parapat, Kecamatan Ulu Sosa, Kabupaten
Padang Lawas, Provinsi Sumatera Utara

No. Telp/HP : 082211427716

Nama Ayah : Mgr. Kali Jung Jung Hasibuan

Nama Ibu : Siti Oloan Pasaribu

Riwayat Pendidikan :

- SD Negeri 101310 Parapat, lulus tahun 2010
- MTsS Sibuhuan, lulus tahun 2013
- MAS Sibuhuan, lulus tahun 2016.

Pengalaman organisasi :

- Anggota DEMA (Dewan Mahasiswa) Ushuluddin UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.